

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSLOS DE POLLO AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ESPAGUETIS INTEGRALES A LA CARBONARA (1,3,6,10) MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: tomate y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSOISE (6) ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,9,12) CUSCÚS (1) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ MILANESA HUEVO DURO (3) ENSALADA VARIADA YOGUR (7)	ENSALADA DE PATATA CON MAIONESA Y ATÚN (3,4,6,7): atún, mayonesa y aceitunas PAVO REBOZADO CASERO (1,3) ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz MACEDONIA CASERA
CENA	Huevos a la plancha con patata y guisantes fruta del tiempo	Pollo al horno con champiñones y arroz fruta del tiempo	Salmón a la plancha con puré de patata y judía verde fruta del tiempo	Salchichas con pisto y pan integral fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y ensalada fruta del tiempo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, zanahoria y pavo) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CAPRESSE (7): tomate, queso y orégano FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) MACEDONIA CASERA	PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA CON QUESO OPCIONAL (1,3,6,7,10) SALMÓN AL HORNO (4) ENSALADA: BRÓCOLI Y ZANAHORIA YOGUR (7)	GAZPACHO (1) LOMO DE CERDO A LA PIMIENTA (6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS AL CURRI CON ARROZ PESCADO REBOZADO CASERO CON HARINA DE GARBANZO (4) ENSALADA DE MANZANA : lechuga, manzana, maíz FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada de garbanzos con atún fruta del tiempo	Huevos revueltos con jamón + guisantes fruta del tiempo	Humus con crudités + alitas de pavo al horno fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con queso feta fruta del tiempo	Bistec de ternera con patata y brócoli fruta del tiempo
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
COMIDA	PASTA INTEGRAL AL PESTO (1,3,6,10) POLLO AL CHIMICHURRI ENSALADA: zanahoria, pepino y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA MIXTA TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA PICO DE GALLO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE GUISANTES PAVO TERIYAKI CON ARROZ BLANCO(6) MACEDONIA CASERA	GUIZO DE LENTEJAS (1) TIRAS DE CALAMAR REBOZADO CASERO (1,4,14) ENSALADA: canónigos, tomate y cebolla YOGUR (7)	ENSALADA MIXTA HAMBURGUESA MIXTA COMPLETA CON PATATA AL HORNO (1,6,9,12, 7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Crema de verduras + pescado a la plancha con patata fruta del tiempo	Ensalada de cuscús con garbanzos y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con patata y coliflor fruta del tiempo	Gazpacho + berenjena rellena de carne picada fruta del tiempo	Sopa + tortilla francesa con ensalada fruta del tiempo
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
COMIDA	ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA CON HUEVO A LA PLANCHA (3) PESCADO A LA ESPALDA (4) ENSALADA: lechuga, remolacha, manzana y maíz FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS ESTOFADO DE TERNERA PATATA FRITA FRUTA DEL TIEMPO	LASAÑA VEGETAL CASERA(1,3,6,10) TORTILLA DE JAMÓN (3) ENSALADA: tomate aliñado MACEDONIA CASERA	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y JENJIBRE POLLO AL AST ENSALADA DE PATATA : judía verde, patata i maionesa (3,6,7) YOGUR (7)	ENSALADA DE ALUBIAS BLANCAS PIZZA MARGARITA Y DE ATÚN CASERAS (1,4,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pollo al horno con moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con nueces y queso feta fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con arroz y judía verde fruta del tiempo	Albóndigas con puré de patata y brócoli fruta del tiempo



	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSLOS DE POLLO AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ESPAGUETIS INTEGRALES A LA CARBONARA (1,3,6,10) MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: tomate y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSOISE (6) ALBÓNDIGAS VEGANAS CON SALSA DE TOMATE (1,6) CUSCÚS (1) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ MILANESA HUEVO DURO (3) ENSALADA VARIADA YOGUR (7)	ENSALADA DE PATATA CON MAIONESA y ATÚN (3,4,6,7): atún, mayonesa y aceitunas PAVO REBOZADO CASERO (1,3) ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz MACEDONIA CASERA
CENA	Huevos a la plancha con patata y guisantes fruta del tiempo	Pollo al horno con champiñones y arroz fruta del tiempo	Salmón a la plancha con puré de patata y judía verde fruta del tiempo	Salchichas de pollo con pisto y pan integral fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y ensalada fruta del tiempo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, zanahoria y pavo) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CAPRESSE (7): tomate, queso y orégano FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) MACEDONIA CASERA	PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA CON QUESO OPCIONAL (1,3,6,7,10) SALMÓN AL HORNO (4) ENSALADA: BRÓCOLI Y ZANAHORIA YOGUR (7)	GAZPACHO (1) SEITÁN A LA PIMIENTA (6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS AL CURRI CON ARROZ PESCADO REBOZADO CASERO CON HARINA DE GARBANZO (4) ENSALADA DE MANZANA : lechuga, manzana, maíz FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada de garbanzos con atún fruta del tiempo	Huevos revueltos con jamón + guisantes fruta del tiempo	Humus con crudités + alitas de pavo al horno fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con queso feta fruta del tiempo	Bistec de ternera con patata y brócoli fruta del tiempo
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
COMIDA	PASTA INTEGRAL AL PESTO (1,3,6,10) POLLO AL CHIMICHURRI ENSALADA: zanahoria, pepino y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA MIXTA TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA PICO DE GALLO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE GUISANTES PAVO TERIYAKI CON ARROZ BLANCO(6) MACEDONIA CASERA	GUIZO DE LENTEJAS (1) TIRAS DE CALAMAR REBOZADO CASERO (1,4,14) ENSALADA: canónigos, tomate y cebolla YOGUR (7)	ENSALADA MIXTA HAMBURGUESA VEGANAS COMPLETA CON PATATA AL HORNO (1,6,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Crema de verduras + pescado a la plancha con patata fruta del tiempo	Ensalada de cuscús con garbanzos y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con patata y coliflor fruta del tiempo	Gazpacho + berenjena rellena de carne picada de pollo fruta del tiempo	Sopa + tortilla francesa con ensalada fruta del tiempo
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
COMIDA	ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA CON HUEVO A LA PLANCHA (3) PESCADO A LA ESPALDA (4) ENSALADA: lechuga, remolacha, manzana y maíz FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS ESTOFADO DE TERNERA PATATA FRITA FRUTA DEL TIEMPO	LASAÑA VEGETAL CASERA(1,3,6,10) TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: tomate aliñado MACEDONIA CASERA	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y JENJIBRE POLLO AL AST ENSALADA DE PATATA : judía verde, patata i maionesa (3,6,7) YOGUR (7)	ENSALADA DE ALUBIAS BLANCAS PIZZA MARGARITA Y DE ATÚN CASERAS (1,4,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pollo al horno con moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con nueces y queso feta fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con arroz y judía verde fruta del tiempo	Albóndigas de pollo con puré de patata y brócoli fruta del tiempo

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustaciad 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Lleche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

NO CERDO

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan CARNE DE CERDO . Los cambios del menú basal están marcados en rojo.

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS HAMBURGUESA VEGANA (1,6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ESPAGUETIS INTEGRALES A LA CARBONARA VEGANA (1,3,6,10) FALAFEL (1) ENSALADA: tomate y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSOISE (6) ALBÓNDIGAS VEGANAS CON SALSA DE TOMATE (1,6) CUSCÚS (1) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CON VERDURAS HUEVO DURO (3) ENSALADA VARIADA YOGUR (7)	ENSALADA DE PATATA CON MAIONESA VEGANA SIN ATÚN (6): mayonesa y aceitunas TOFU REBOZADO CASERO (1,6) ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz MACEDONIA CASERA
CENA	Huevos a la plancha con patata y guisantes fruta del tiempo	Garbanzos con champiñones y arroz fruta del tiempo	Tofu a la plancha con puré de patata y judía verde fruta del tiempo	Alubias con pisto y pan integral fruta del tiempo	Seitán con patata y ensalada fruta del tiempo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS VEGANO (guisantes, zanahoria y maíz) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CAPRESSE (7): tomate, queso y orégano FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE FAJITAS DE SOJA TEXTURIZADA CON VERDURAS (1,6) MACEDONIA CASERA	PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA CON QUESO OPCIONAL (1,3,6,7,10) TOFU AL HORNO (6) ENSALADA: BRÓCOLI Y ZANAHORIA YOGUR (7)	GAZPACHO (1) SEITÁN A LA PIMIENTA (6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS AL CURRI CON ARROZ BERENJENA REBOZADA CON HARINA DE GARBANZO ENSALADA DE MANZANA : lechuga, manzana, maíz FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada de garbanzos con frutos secos fruta del tiempo	Huevos revueltos + guisantes fruta del tiempo	Humus con crudités + croquetas de verduras fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con queso feta fruta del tiempo	Tofu con patata y brócoli fruta del tiempo
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
COMIDA	PASTA INTEGRAL AL PESTO (1,3,6,10) HEURA AL CHIMICHURRI (6) ENSALADA: zanahoria, pepino y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA PICO DE GALLO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE GUISANTES SEITÁN TERIYAKI CON ARROZ BLANCO (6) MACEDONIA CASERA	GUIZO DE LENTEJAS (1) TIRAS DE CALABACÍN REBOZADO CON HARINA DE GARBANZO ENSALADA: canónigos, tomate y cebolla YOGUR (7)	ENSALADA MIXTA HAMBURGUESA VEGANA COMPLETA CON PATATA AL HORNO (1,6,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Crema de verduras + tofu con patata fruta del tiempo	Ensalada de cuscús con garbanzos y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con patata y coliflor fruta del tiempo	Gazpacho + berenjena rellena de soja texturizada fruta del tiempo	Sopa vegana + tortilla francesa con ensalada fruta del tiempo
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
COMIDA	ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA CON HUEVO A LA PLANCHA (3) TOFU A LA ESPALDA (6) ENSALADA: lechuga, remolacha, manzana y maíz FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS ESTOFADO DE HEURA (1,6) PATATA FRITA FRUTA DEL TIEMPO	LASAÑA VEGETAL CASERA (1,3,6,10) TORTILLA VEGANA ENSALADA: tomate aliñado MACEDONIA CASERA	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y JENJIBRE FALAFEL (1) ENSALADA DE PATATA : judía verde, patata i maionesa (3,6,7) YOGUR (7)	ENSALADA DE ALUBIAS BLANCAS PIZZA MARGARITA CASERAS (1,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Hamburguesa vegana con moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con nueces y queso feta fruta del tiempo	Tofu al horno con patata y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con arroz y judía verde fruta del tiempo	Soja texturizada con puré de patata y brócoli fruta del tiempo

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacioid 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacauetes 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

VEGETARIANO

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan CARNE O PESCADO. Entendemos por vegetariano aquellas personas que no comen carne ni pescado. Los cambios del menú basal están marcados en rojo.

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS HAMBURGUESA VEGANA (1,6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ESPAGUETIS INTEGRALES A LA CARBONARA VEGANA (1,3,6,10) FALAFEL (1) ENSALADA: tomate y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSOISE (6) ALBÓNDIGAS VEGANAS CON SALSA DE TOMATE (1,6) CUSCÚS (1) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CON VERDURAS ENSALADA VARIADA CON ALUBIAS POSTRE DE SOJA (6)	ENSALADA DE PATATA CON MAIONESA VEGANA SIN ATÚN (6): mayonesa y aceitunas TOFU REBOZADO CASERO (1,6) ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz MACEDONIA CASERA
CENA	Salteado de guisantes con patata y zanahoria fruta del tiempo	Garbanzos con champiñones y arroz fruta del tiempo	Tofu a la plancha con puré de patata y judía verde fruta del tiempo	Alubias con pisto y pan integral fruta del tiempo	Seitán con patata y ensalada fruta del tiempo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS VEGANO (guisantes, zanahoria y maíz) TORTILLA VEGANA ENSALADA de tomate y orégano FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE FAJITAS DE SOJA TEXTURIZADA CON VERDURAS (1,6) MACEDONIA CASERA	PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA SIN QUESO (1,3,6,10) TOFU AL HORNO (6) ENSALADA: BRÓCOLI Y ZANAHORIA POSTRE DE SOJA (6)	GAZPACHO (1) SEITÁN A LA PIMIENTA (6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS AL CURRI CON ARROZ BERENJENA REBOZADA CON HARINA DE GARBANZO ENSALADA DE MANZANA : lechuga, manzana, maíz FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada de garbanzos con frutos secos fruta del tiempo	Huevos revueltos + guisantes fruta del tiempo	Humus con crudités + croquetas de verduras fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con queso feta fruta del tiempo	Tofu con patata y brócoli fruta del tiempo
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
COMIDA	PASTA INTEGRAL AL PESTO (1,3,6,10) HEURA AL CHIMICHURRI (6) ENSALADA: zanahoria, pepino y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA DE VERDURAS TORTILLA VEGANA ENSALADA PICO DE GALLO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE GUISANTES SEITÁN TERIYAKI CON ARROZ BLANCO(6) MACEDONIA CASERA	GUIZO DE LENTEJAS (1) TIRAS DE CALABACÍN REBOZADO CON HARINA DE GARBANZO ENSALADA: canónigos, tomate y cebolla POSTRE DE SOJA (6)	ENSALADA MIXTA HAMBURGUESA VEGANA COMPLETA CON PATATA AL HORNO (1,6) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Crema de verduras + tofu con patata fruta del tiempo	Ensalada de cuscús con garbanzos y verdura fruta del tiempo	Tofu a la plancha con patata y coliflor fruta del tiempo	Gazpacho + berenjena rellena de soja texturizada fruta del tiempo	Sopa de miso con fideos y verduras fruta del tiempo
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
COMIDA	ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA SIN HUEVO TOFU A LA ESPALDA (6) ENSALADA: lechuga, remolacha, manzana y maíz FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS ESTOFADO DE HEURA (1,6) PATATA FRITA FRUTA DEL TIEMPO	LASAÑA VEGETAL CASERA(1,3,6,10) TORTILLA VEGANA ENSALADA: tomate aliñado MACEDONIA CASERA	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y JENJIBRE FALAFEL (1) ENSALADA DE PATATA : judía verde, patata i maionesa VEGANA (6) POSTRE DE SOJA (6)	ENSALADA DE ALUBIAS BLANCAS PIZZA VEGANA (1) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Hamburguesa vegana con moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con nueces fruta del tiempo	Tofu al horno con patata y verdura fruta del tiempo	edamame con arroz y judía verde fruta del tiempo	Soja texturizada con puré de patata y brócoli fruta del tiempo

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacioid 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacauetes 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

VEGETARIANO VEGANO

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan CARNE O PESCADO O HUEVO O LÁCTEO. Entendemos por vegetariano VEGANO aquellas personas que no comen carne ni pescado ni huevo ni lacteos. Los cambios del menú basal están marcados en rojo.

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSLOS DE POLLO AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ESPAGUETIS INTEGRALES A LA CARBONARA (1,3,6,10) MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: tomate y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSOISE (6) ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,9,12) CUSCÚS (1) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ MILANESA HUEVO DURO (3) ENSALADA VARIADA YOGUR (7)	ENSALADA DE PATATA CON MAIONESA Y ATÚN (3,4,6,7): atún, mayonesa y aceitunas PAVO REBOZADO CASERO (1,3) ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz MACEDONIA CASERA
CENA	Huevos a la plancha con patata y guisantes fruta del tiempo	Pollo al horno con champiñones y arroz fruta del tiempo	Salmón a la plancha con puré de patata y judía verde fruta del tiempo	Salchichas con pisto y pan integral fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y ensalada fruta del tiempo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, zanahoria y pavo) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CAPRESSE (7): tomate, queso y orégano FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) MACEDONIA CASERA	PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA CON QUESO OPCIONAL (1,3,6,7,10) SALMÓN AL HORNO (4) ENSALADA: BRÓCOLI Y ZANAHORIA YOGUR (7)	GAZPACHO (1) LOMO DE CERDO A LA PIMIENTA (6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS AL CURRI CON ARROZ PESCADO REBOZADO CASERO CON HARINA DE GARBANZO (4) ENSALADA DE MANZANA : lechuga, manzana, maíz FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada de garbanzos con atún fruta del tiempo	Huevos revueltos con jamón + guisantes fruta del tiempo	Humus con crudités + alitas de pavo al horno fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con queso feta fruta del tiempo	Bistec de ternera con patata y brócoli fruta del tiempo
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
COMIDA	PASTA INTEGRAL AL PESTO (1,3,6,10) POLLO AL CHIMICHURRI ENSALADA: zanahoria, pepino y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA MIXTA TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA PICO DE GALLO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE GUISANTES PAVO TERIYAKI CON ARROZ BLANCO(6) MACEDONIA CASERA	GUIZO DE LENTEJAS (1) TIRAS DE CALAMAR REBOZADO CASERO (1,4,14) ENSALADA: canónigos, tomate y cebolla YOGUR (7)	ENSALADA MIXTA HAMBURGUESA MIXTA COMPLETA CON PATATA AL HORNO (1,6,9,12, 7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Crema de verduras + pescado a la plancha con patata fruta del tiempo	Ensalada de cuscús con garbanzos y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con patata y coliflor fruta del tiempo	Gaspacho + berenjena rellena de carne picada fruta del tiempo	Sopa + tortilla francesa con ensalada fruta del tiempo
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
COMIDA	ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA CON HUEVO A LA PLANCHA (3) PESCADO A LA ESPALDA (4) ENSALADA: lechuga, remolacha, manzana y maíz FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS ESTOFADO DE TERNERA PATATA FRITA FRUTA DEL TIEMPO	LASAÑA VEGETAL CASERA(1,3,6,10) TORTILLA DE JAMÓN (3) ENSALADA: tomate aliñado MACEDONIA CASERA	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y JENJIBRE POLLO AL AST ENSALADA DE PATATA : judía verde, patata i maionesa (3,6,7) YOGUR (7)	ENSALADA DE ALUBIAS BLANCAS PIZZA MARGARITA Y DE ATÚN CASERAS (1,4,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pollo al horno con moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con queso feta fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con arroz y judía verde fruta del tiempo	Albóndigas con puré de patata y brócoli fruta del tiempo

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacioid 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Lleche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxidio de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

NO FRUTOS SECOS

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan FRUTOS SECOS o trazas . Los cambios del menú basal están marcados en rojo. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSLOS DE POLLO AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ESPAGUETIS INTEGRALES A LA CARBONARA (1,3,6,10) MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: tomate y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSOISE (6) ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,9,12) CUSCÚS (1) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ MILANESA HUEVO DURO (3) ENSALADA VARIADA POSTRE DE SOJA (6)	ENSALADA DE PATATA CON MAIONESA VEGANA y ATÚN (4,6): atún, mayonesa y aceitunas PAVO REBOZADO CASERO (1,3) ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz MACEDONIA CASERA
CENA	Huevos a la plancha con patata y guisantes fruta del tiempo	Pollo al horno con champiñones y arroz fruta del tiempo	Salmón a la plancha con puré de patata y judía verde fruta del tiempo	Salchichas con pisto y pan integral fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y ensalada fruta del tiempo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, zanahoria y pavo) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA de tomate y orégano FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) MACEDONIA CASERA	PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA SIN QUESO (1,3,6,10) SALMÓN AL HORNO (4) ENSALADA: BRÓCOLI Y ZANAHORIA POSTRE DE SOJA (6)	GAZPACHO (1) LOMO DE CERDO A LA PIMIENTA (6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS AL CURRI CON ARROZ PESCADO REBOZADO CASERO CON HARINA DE GARBANZO (4) ENSALADA DE MANZANA : lechuga, manzana, maíz FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada de garbanzos con atún fruta del tiempo	Huevos revueltos con jamón + guisantes fruta del tiempo	Humus con crudités + alitas de pavo al horno fruta del tiempo	Ensalada de quinoa fruta del tiempo	Bistec de ternera con patata y brócoli fruta del tiempo
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
COMIDA	PASTA INTEGRAL AL PESTO (1,3,6,10) POLLO AL CHIMICHURRI ENSALADA: zanahoria, pepino y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA MIXTA TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA PICO DE GALLO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE GUISANTES PAVO TERIYAKI CON ARROZ BLANCO(6) MACEDONIA CASERA	GUIZO DE LENTEJAS (1) TIRAS DE CALAMAR REBOZADO CASERO (1,4,14) ENSALADA: canónigos, tomate y cebolla POSTRE DE SOJA (6)	ENSALADA MIXTA HAMBURGUESA MIXTA COMPLETA CON PATATA AL HORNO (1,6,9,12,) SIN LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Crema de verduras + pescado a la plancha con patata fruta del tiempo	Ensalada de cuscús con garbanzos y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con patata y coliflor fruta del tiempo	Gazpacho + berenjena rellena de carne picada fruta del tiempo	Sopa + tortilla francesa con ensalada fruta del tiempo
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
COMIDA	ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA CON HUEVO A LA PLANCHA (3) PESCADO A LA ESPALDA (4) ENSALADA: lechuga, remolacha, manzana y maíz FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS ESTOFADO DE TERNERA PATATA FRITA FRUTA DEL TIEMPO	LASAÑA VEGETAL CASERA(1,3,6,10) TORTILLA DE JAMÓN (3) ENSALADA: tomate aliñado MACEDONIA CASERA	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y JENJIBRE POLLO AL AST ENSALADA DE PATATA : judía verde, patata i maionesa VEGANA (6) POSTRE DE SOJA (6)	ENSALADA DE ALUBIAS BLANCAS PIZZA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pollo al horno con moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada de quinoa fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con arroz y judía verde fruta del tiempo	Albóndigas con puré de patata y brócoli fruta del tiempo

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacioid 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Lleche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dióxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

NO LACTOSA

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan LACTOSA o trazas . Los cambios del menú basal están marcados en rojo. ESTE MENÚ SI QUE CONTIENE TERNERA. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSLOS DE POLLO AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ESPAGUETIS SIN GLUTEN A LA CARBONARA (6) MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: tomate y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSOISE (6) ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,9,12) CUSCÚS (1) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ MILANESA HUEVO DURO (3) ENSALADA VARIADA POSTRE DE SOJA (6)	ENSALADA DE PATATA CON MAIONESA VEGANAS y ATÚN (4,6.): atún, mayonesa y aceitunas PAVO A LA PLANCHA ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz MACEDONIA CASERA
CENA	Huevos a la plancha con patata y guisantes fruta del tiempo	Pollo al horno con champiñones y arroz fruta del tiempo	Salmón a la plancha con puré de patata y judía verde fruta del tiempo	Salchichas con pisto y pan integral fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y ensalada fruta del tiempo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, zanahoria y pavo) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA de tomate y orégano FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) MACEDONIA CASERA	PASTA SIN GLUTEN A LA NAPOLITANA SIN QUESO SALMÓN AL HORNO (4) ENSALADA: BRÓCOLI Y ZANAHORIA POSTRE DE SOJA (6)	GAZPACHO SIN GLUTEN LOMO DE CERDO A LA PIMIENTA (6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS AL CURRI CON ARROZ PESCADO REBOZADO CASERO CON HARINA DE GARBANZO (4) ENSALADA DE MANZANA : lechuga, manzana, maíz FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada de garbanzos con atún fruta del tiempo	Huevos revueltos con jamón + guisantes fruta del tiempo	Humus con crudités + alitas de pavo al horno fruta del tiempo	Ensalada de quinoa fruta del tiempo	Bistec de ternera con patata y brócoli fruta del tiempo
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
COMIDA	PASTA SIN GLUTEN AL PESTO POLLO AL CHIMICHURRI ENSALADA: zanahoria, pepino y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA MIXTA TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA PICO DE GALLO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE GUISANTES PAVO TERIYAKI CON ARROZ BLANCO (6) MACEDONIA CASERA	GUIZO DE ALUBIAS TIRAS DE CALAMAR REBOZADO CASERO CON HARINA DE GARBANZO ENSALADA: canónigos, tomate y cebolla POSTRE DE SOJA (6)	ENSALADA MIXTA HAMBURGUESA MIXTA COMPLETA CON PATATA AL HORNO SIN GLUTEN NI LACTOSA (6,9,12) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Crema de verduras + pescado a la plancha con patata fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con garbanzos y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con patata y coliflor fruta del tiempo	Gazpacho + berenjena rellena de carne picada fruta del tiempo	Sopa sin gluten+ tortilla francesa con ensalada fruta del tiempo
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
COMIDA	ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA CON HUEVO A LA PLANCHA (3) PESCADO A LA ESPALDA (4) ENSALADA: lechuga, remolacha, manzana y maíz FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS ESTOFADO DE TERNERA PATATA FRITA FRUTA DEL TIEMPO	LASAÑA VEGETAL CASERA SIN GLUTEN (6.) TORTILLA DE JAMÓN (3) ENSALADA: tomate aliñado MACEDONIA CASERA	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y JENJIBRE POLLO AL AST ENSALADA DE PATATA : judía verde, patata i maionesa VEGANAS (6) POSTRE DE SOJA (6)	ENSALADA DE ALUBIAS BLANCAS PIZZA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pollo al horno con moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con nueces fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con arroz y judía verde fruta del tiempo	Albóndigas con puré de patata y brócoli fruta del tiempo

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustaciad 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacauetes 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

SIN GLUTEN NI LACTOSA

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan GLUTEN o LACTOSA o trazas de GLUTEN y/o LACTOSA . Los cambios del menú basal están marcados en rojo. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSLOS DE POLLO AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ESPAGUETIS SIN GLUTEN A LA CARBONARA (6) MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: tomate y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSOISE (6) ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,9,12) CUSCÚS (1) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ MILANESA ENSALADA VARIADA CON ALUBIAS YOGUR (7)	ENSALADA DE PATATA CON MAIONESA VEGANA y ATÚN (4,6.): atún, mayonesa y aceitunas PAVO A LA PLANCHA ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz MACEDONIA CASERA
CENA	Ternera a la plancha con patata y guisantes fruta del tiempo	Pollo al horno con champiñones y arroz fruta del tiempo	Salmón a la plancha con puré de patata y judía verde fruta del tiempo	Salchichas con pisto y pan integral fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y ensalada fruta del tiempo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, zanahoria y pavo) TORTILLA VEGANA ENSALADA CAPRESSE (7): tomate, queso y orégano FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) MACEDONIA CASERA	PASTA SIN GLUTEN A LA NAPOLITANA CON QUESO OPCIONAL (7) SALMÓN AL HORNO (4) ENSALADA: BRÓCOLI Y ZANAHORIA YOGUR (7)	GAZPACHO SIN GLUTEN LOMO DE CERDO A LA PIMIENTA (6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS AL CURRI CON ARROZ PESCADO REBOZADO CASERO CON HARINA DE GARBANZO (4) ENSALADA DE MANZANA : lechuga, manzana, maíz FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada de garbanzos con atún fruta del tiempo	Lomo de cerdo + guisantes fruta del tiempo	Humus con crudités + alitas de pavo al horno fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con queso feta fruta del tiempo	Bistec de ternera con patata y brócoli fruta del tiempo
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
COMIDA	PASTA SIN GLUTEN AL PESTO POLLO AL CHIMICHURRI ENSALADA: zanahoria, pepino y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA MIXTA TORTILLA VEGANA ENSALADA PICO DE GALLO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE GUISANTES PAVO TERIYAKI CON ARROZ BLANCO (6) MACEDONIA CASERA	GUIZO DE LENTEJAS (1) TIRAS DE CALAMAR REBOZADO CASERO CON HARINA DE GARBANZO ENSALADA: canónigos, tomate y cebolla YOGUR (7)	ENSALADA MIXTA HAMBURGUESA MIXTA COMPLETA CON PATATA AL HORNO SIN GLUTEN (6,9,12, 7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Crema de verduras + pescado a la plancha con patata fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con garbanzos y verdura fruta del tiempo	Conejo a la plancha con patata y coliflor fruta del tiempo	Gazpacho + berenjena rellena de carne picada fruta del tiempo	Sopa sin gluten+ pescado con ensalada fruta del tiempo
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
COMIDA	ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA CON HUEVO A LA PLANCHA (3) PESCADO A LA ESPALDA (4) ENSALADA: lechuga, remolacha, manzana y maíz FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS ESTOFADO DE TERNERA PATATA FRITA FRUTA DEL TIEMPO	LASAÑA VEGETAL CASERA SIN GLUTEN (6,) TORTILLA VEGANA ENSALADA: tomate aliñado MACEDONIA CASERA	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y JENJIBRE POLLO AL AST ENSALADA DE PATATA : judía verde, patata i maionesa VEGANA (6) YOGUR (7)	ENSALADA DE ALUBIAS BLANCAS PIZZA MARGARITA Y DE ATÚN CASERAS (1,4,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pollo al horno con moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con nueces y queso feta fruta del tiempo	Pescado al horno con patata y verdura fruta del tiempo	Bistec a la plancha con arroz y judía verde fruta del tiempo	Albóndigas con puré de patata y brócoli fruta del tiempo
<p>Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacioid 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacauetes 6 Soja 7 Lleche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos</p>					

SIN HUEVO

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan HUEVO o trazas de HUEVO . Los cambios del menú basal están marcados en rojo. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSLOS DE POLLO AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	ESPAGUETIS INTEGRALES A LA CARBONARA (1,3,6,10) FALAFEL (1) ENSALADA: tomate y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSOISE (6) ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (6,9,12) CUSCÚS (1) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ MILANESA HUEVO DURO (3) ENSALADA VARIADA YOGUR (7)	ENSALADA DE PATATA CON MAIONESA VEGANA SIN ATÚN (6) : mayonesa y aceitunas PAVO REBOZADO CASERO (1,3) ENSALADA: lechuga, zanahoria y maíz MACEDONIA CASERA
CENA	Huevos a la plancha con patata y guisantes fruta del tiempo	Pollo al horno con champiñones y arroz fruta del tiempo	Tofu a la plancha con puré de patata y judía verde fruta del tiempo	Salchichas con pisto y pan integral fruta del tiempo	Seitán con patata y ensalada fruta del tiempo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, zanahoria y pavo) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CAPRESSE (7): tomate, queso y orégano FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE FAJITAS DE POLLO CON VERDURAS (1) MACEDONIA CASERA	PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA CON QUESO OPCIONAL (1,3,6,7,10) TOFU AL HORNO (6) ENSALADA: BRÓCOLI Y ZANAHORIA YOGUR (7)	GAZPACHO (1) LOMO DE CERDO A LA PIMIENTA (6) PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	GARBANZOS AL CURRI CON ARROZ BERENJENA REBOZADA CON HARINA DE GARBANZO ENSALADA DE MANZANA : lechuga, manzana, maíz FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada de garbanzos fruta del tiempo	Huevos revueltos con jamón + guisantes fruta del tiempo	Humus con crudités + alitas de pavo al horno fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con queso feta fruta del tiempo	Bistec de ternera con patata y brócoli fruta del tiempo
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
COMIDA	PASTA INTEGRAL AL PESTO (1,3,6,10) POLLO AL CHIMICHURRI ENSALADA: zanahoria, pepino y aceitunas FRUTA DEL TIEMPO	PAELLA MIXTA TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA PICO DE GALLO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE GUISANTES PAVO TERIYAKI CON ARROZ BLANCO(6) MACEDONIA CASERA	GUIZO DE LENTEJAS (1) TIRAS DE CALABACÍN REBOZADO CON HARINA DE GARBANZO ENSALADA: canónigos, tomate y cebolla YOGUR (7)	ENSALADA MIXTA HAMBURGUESA MIXTA COMPLETA CON PATATA AL HORNO (1,6,9,12,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Crema de verduras + tofu con patata fruta del tiempo	Ensalada de cuscús con garbanzos y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con patata y coliflor fruta del tiempo	Gazpacho + berenjena rellena de carne picada fruta del tiempo	Sopa + tortilla francesa con ensalada fruta del tiempo
	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
COMIDA	ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA CON HUEVO A LA PLANCHA (3) TOFU A LA ESPALDA (6) ENSALADA: lechuga, remolacha, manzana y maíz FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS ESTOFADO DE TERNERA PATATA FRITA FRUTA DEL TIEMPO	LASAÑA VEGETAL CASERA(1,3,6,10) TORTILLA DE JAMÓN (3) ENSALADA: tomate aliñado MACEDONIA CASERA	CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y JENJIBRE POLLO AL AST ENSALADA DE PATATA : judía verde, patata i maionesa (3,6,7) YOGUR (7)	ENSALADA DE ALUBIAS BLANCAS PIZZA MARGARITA CASERAS (1,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pollo al horno con moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con nueces y queso feta fruta del tiempo	Tofu al horno con patata y verdura fruta del tiempo	Huevos a la plancha con arroz y judía verde fruta del tiempo	Albóndigas con puré de patata y brócoli fruta del tiempo

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacioid 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Lleche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

SIN PESCADO NI MARISCO

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan PESCADO O MARISCO o trazas de HUEVO PESCADO O MARISCO. Los cambios del menú basal están marcados en rojo. En ocasiones habrá cambios para evitar contaminaciones cruzadas. Disculpen las molestias